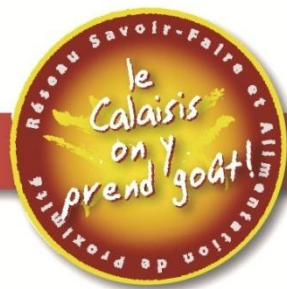




# Livret de recettes

N°4

*« Le Calaisis on y prend goût »*



## Petits flans de carottes

Préparation : 20 mn ; cuisson totale : 40 mn

### Ingrédients

Pour 8 petits flans

- 600 gr de carottes pelées, lavées et coupées en rondelles
- 1 grosse échalote pelée
- 4 œufs
- 20 cl de crème fraîche liquide
- Un bouquet de persil
- Sel, poivre, muscade

### Étapes de la recette :

1. Préchauffez le four thermostat 6.
2. Faites cuire les carottes au cuit-vapeur pendant 15 mn. Les mixer pour obtenir une purée fine.
3. Hachez très finement l'échalote et le persil.
4. Mélangez à la purée de carottes la crème fraîche et les œufs battus en omelette.
5. Ajoutez l'échalote et le persil hachés.
6. Salez, poivrez, ajoutez une pincée de noix de muscade.
7. Versez la préparation dans des petits ramequins huilés ou des moules en silicone.
8. Faites cuire au four, 40 mn. Démoulez et servez chaud.

## Gratin de chou blanc

### Ingrédients

Pour 4 personnes :

- 🍷 1 chou blanc
- 🍷 250 gr de viande de porc hachée
- 🍷 250 gr de viande de bœuf hachée
- 🍷 3 oignons
- 🍷 3 œufs
- 🍷 250 gr de crème fraîche
- 🍷 200 ml de lait
- 🍷 Huile
- 🍷 Cumin moulu
- 🍷 Sel et poivre

### Étapes de la recette :

1. Pelez et émincez finement les oignons.
2. Faites-les revenir dans un peu d'huile, dans une sauteuse, avec le chou coupé en lanières, jusqu'à ce que le chou soit pratiquement translucide.
3. Ajoutez ensuite la viande hachée. Et faites cuire pendant une dizaine de minutes, en mélangeant régulièrement.
4. Assaisonnez de sel, poivre et cumin et disposez le mélange dans un plat allant au four.
5. Battez les œufs avec la crème et le lait. Poivrez un peu et versez cet appareil sur le mélange chou/oignons/viande.

# Charlotte aux fraises

## Ingrédients

### Pour les biscuits :

- 4 jaunes d'œufs
- 4 blancs d'œufs
- 125 g de sucre semoule
- 125 g de farine
- 1/2 sachet de levure chimique
- 25 g de sucre glace

### Pour la charlotte :

- 500 g de fraises
- 75 g de sucre en poudre
- 3 c. à soupe de sirop de fraise ou de citron
- 25 cl de crème fraîche

## Étapes de la recette :

### Préparez les biscuits :

1. Préchauffez le four th.6 (180°C).
2. Séparez les blancs des jaunes d'œufs. Blanchissez les jaunes avec 1 c. à soupe d'eau et mélangez avec le sucre.
3. Montez les blancs en neige bien fermes, serrez-les avec les 25 g de sucre glace.
4. Mélangez la farine tamisée avec la levure. Mélangez la préparation 1 et 2 en allégeant, puis ajoutez la préparation toujours en allégeant.
5. Étalez à la grosse douille de 11 ou 12 sur papier sulfurisé.
6. Saupoudrez de sucre glace, laissez reposer 5 min.
7. Enfournez pendant 20 min. avant que les biscuits ne prennent une couleur dorée.

### Préparez la charlotte :

1. Lavez les fraises sous l'eau froide, équeutez-les et coupez-les en rondelles. Puis mélangez-les au sucre dans un saladier.
2. Ajoutez la crème dans la salade de fraises et mélangez délicatement dans une assiette à soupe.
3. Mélangez le sirop à un verre d'eau. Trempez rapidement les biscuits dans le sirop, un par un.
4. Disposez les biscuits humidifiés dans un moule. Commencez par en tapisser le fond, puis alignez les biscuits sur les parois verticale en les serrant bien les uns contre les autres.
5. Versez ensuite la moitié des fraises à la crème sur le lit de biscuits. Recouvrez d'une nouvelle couche de biscuits bien serrés.
6. Prenez une petite assiette de la taille du moule, posez-la sur la charlotte et appuyez afin de tasser légèrement le tout.
7. Mettez la charlotte dans le réfrigérateur pendant au moins 3 heures.
8. Pour la servir, démoulez-la sur un plat et décorez-la comme vous le souhaitez !